



# В ПОМОЩЬ КАЮЩИМСЯ

*Из творений  
святителя*

*Игнатия*

*Брянчанинова*

*Издание*

*Сретенского монастыря*



# В ПОМОЩЬ КАЮЩИМСЯ

*из творений*

*святителя*

**Игнатия**

**(Брянчанинова)**



Издательство  
Сретенского монастыря  
Москва  
2007

По благословению  
Святейшего Патриарха  
Московского и всея Руси  
Алексия

«Покаяние есть таинство, в котором исповедующий грехи свои, при видимом изъявлении прощения от священника, невидимо разрешается от грехов своих Самим Иисусом Христом», - говорится в «Православном катехизисе». Святые отцы выделяют восемь страстей, от которых происходят все грехи: чревоугодие, блуд, сребролюбие, гнев, безвременная печаль, уныние, тщеславие, гордость.

Книга «В помощь кающимся», составленная по творениям святителя Игнатия (Брянчанинова), подробно рассказывает об этих страстях и их проявлениях.

© Составление, набор, верстка,  
Сретенский монастырь, 2007 г.



## ВОСЕМЬ ГЛАВНЫХ СТРАСТЕЙ С ИХ ПОДРАЗДЕЛЕНИЯМИ

Покаяние есть таинство, в котором исповедующий грехи свои, при видимом изъявлении прощения от священника, невидимо разрешается от грехов своих Самим Иисусом Христом.

*Православный катехизис*

Знай, пишет святой Ефрем Сирин (Слово 55), что есть восемь помыслов, которыми производится все худое: чревоугодие, блуд, сребролюбие, гнев, безвременная печаль, уныние, тщеславие, гордость. Они-то и ведут брань со всяким человеком.

### **1. Чревообъядение**

Объядение, пьянство, нехранение и разрешение постов, тайноядение, лакомство, вообще нарушение воздержания. Неправильное и излишнее любление плоти, ее живота и покоя, из чего составляется самолюбие, от которого нехранение верности Богу, Церкви, добродетели и людям.

## **2. Любодеение**

Блудное разжение, блудные ощущения и положения души и сердца. Принятие нечистых помыслов, беседа с ними, услаждение ими, соизволение им, медление в них. Блудные мечтания и пленения. Нехранение чувств, в особенности осязания, в чем дерзость, погубляющая все добродетели. Сквернословие и чтение сладострастных книг. Грехи блудные естественные: блуд и прелюбодеение. Грехи блудные противоестественные.

## **3. Сребролюбие**

Любление денег, вообще любление имущества движимого и недвижимого. Желание обогатиться. Размышление о средствах к обогащению. Мечтание богатства. Опасение старости, нечаянной нищеты, болезненности, изгнания. Скупость. Корыстолюбие. Неверие Богу, неупование на Его Промысл. Пристрастие или болезненная излишняя любовь к разным тленным предметам, лишаящая душу свободы. Увлечение суетными попечениями. Любление подарков. Присвоение чужого. Лихва. Жесткосердие к нищей братии и ко всем нуждающимся. Воровство. Разбой.

## **4. Гнев**

Вспыльчивость, принятие гневных помыслов: мечтание гнева и отмщения, возмущение сердца яростью, помрачение ею ума; непристойный крик, спор, бранные, жестокие и колкие слова, ударение, толкание, убийство. Памятозлобие, ненависть, вражда, мщение, оклеветание, осуждение, возмущение и обида ближнего.

## **5. Печаль**

Огорчение, тоска, отсечение надежды на Бога, сомнение в обетованиях Божиих, неблагодарение Богу за все случающееся, малодушие, нетерпеливость, несамоукорение, скорбь на ближнего, ропот, отречение от креста, покушение сойти с него.

## **6. Уныние**

Леность ко всякому доброму делу, в особенности к молитвенному. Оставление церковного и келейного правила. Оставление непрестанной молитвы и душеполезного чтения. Невнимание и поспешность в молитве. Небрежение. Неблагоговение. Праздность. Излишнее успокоение сном, лежанием и всякого рода негою. Перехождение с места на место. Частые выходы из кельи, прогулки и посещения друзей. Празднословие. Шутки. Кошуты. Оставление поклонов и прочих подвигов телесных. Забвение грехов своих. Забвение заповедей Христовых. Нерадение. Пленение ума. Лишение страха Божия. Ожесточение. Нечувствие. Отчаяние.

## **7. Тщеславие**

Искание славы человеческой. Хвастовство. Желание и искание земных и суетных почестей. Любление красивых одежд, экипажей, прислуги и келейных вещей. Внимание к красоте своего лица, приятности голоса и прочим качествам тела. Расположение к наукам и искусствам гибнущим сего века, искание успеть в них для приобретения временной, земной славы. Стыд исповедовать грехи свои. Скрытие их перед отцом духовным. Лукавство. Самооправдание.

Прекословие. Составление своего разума. Лицемерие. Ложь. Лесть. Человекоугодие. Зависть. Уничтожение ближнего. Переменчивость нрава. Потворство. Бессовестность. Нрав и жизнь бесовские.

## 8. Гордость

Презрение ближнего. Предпочтение себя всем. Дерзость. Омрачение, дебелость ума и сердца. Пригвождение их к земному. Хула. Неверие. Лжеименитый разум. Непокорность закону Божию и Церкви. Последование своей плотской воле. Чтение книг еретических, развратных и суетных. Неповиновение властям. Колкое насмешничество. Оставление хриstopодражательного смирения и молчания. Потеря простоты. Потеря любви к Богу и ближнему. Ложная философия. Ересь. Безбожие. Невежество. Смерть души.

...

Таковы недуги, таковы язвы, составляющие великую язву, ветхость ветхого Адама, которая образовалась из его падения. Об этой великой язве говорит святой пророк Исаия: «От подошвы ноги до темени головы нет у него здорового места: язвы, пятна, гноящиеся раны, неочищенные и необвязанные и не смягченные елеем» (Ис. 1, 6). Это значит, по изъяснению отцов, что язва — грех — не частная, и не на одном каком-нибудь члене, но на всем существе: объела тело, объела душу, овладела всеми свойствами, всеми силами человека. Эту великую язву Бог назвал смертью, когда, воспрещая Адаму и Еве вкушение от древа познания добра и зла, сказал: «...в день, в который ты вкусишь от него,



смертью умрешь» (Быт. 2, 17). Тотчас по вкушению плода запрещенного праотцы почувствовали вечную смерть; во взорах их явилось ощущение плотское; они увидели, что они наги. В познании наготы тела отразилось обнажение души, потерявшей красоту непорочности, на которой почивал Дух Святый. Действует в глазах плотское ощущение, а в душе стыд, в котором — совокупление всех греховных и всех постыдных ощущений: и гордости, и нечистоты, и печали, и уныния, и отчаяния.

Великая язва — смерть душевная; неисправима ветхость, происшедшая после потери Божественного подобия! Великую язву апостол называет законом греховным, телом смерти, — потому что умерщвленные ум и сердце вполне обратились к земле, служат раболепно тленным пожеланиям плоти, омрачились, отяготели, сами соделались плотью. Эта плоть уже не способна к общению с Богом! (см.: Быт. 6, 3). Эта плоть не способна наследовать блаженство вечное, небесное! Великая язва разлилась на весь род человеческий, соделалась достоянием злосчастным каждого человека.

Рассматривая великую мою язву, взирая на умерщвление мое, исполняюсь горькой печали! Недоумеваю, что мне делать? Последую ль примеру ветхого Адама, который, увидев наготу свою, спешит скрыться от Бога? Стану ли подобно ему оправдываться, возлагая вину на вины греха? Напрасно скрываться от Всевидящего! Напрасно оправдываться пред Тем, Кто всегда побеждает, всегда судити Ему.

Облекусь же вместо смоковничных листьев в слезы покаяния; вместо оправдания принесу искреннее

сознание. Облеченный в покаяние и слезы, предстану пред лицом Бога моего. В раю ли? Я изгнан оттуда, и Херувим, стоящий при входе, не впустит меня! Самою тягостию моей плоти я пригвожден к земле, моей темнице!

Грешный потомок Адама, ободрись! Воссиял свет в темнице твоей: Бог низшел в дальнюю страну твоего изгнания, чтоб возвести тебя в потерянное тобою твое горнее отечество. Ты хотел знать добро и зло: Он оставляет тебе это знание. Ты хотел сделаться яко Бог, и от этого сделался по душе подобным дьяволу, по телу подобным скотам и зверям: Бог, соединяя тебя с Собою, соделывает тебя Богом по благодати. Он прощает тебе грехи. Этого мало! Он изъемлет корень зла из души твоей, самую заразу греховную, ад, ввергнутый в душу дьяволом, и дарует тебе врачество на весь путь твоей земной жизни для исцеления от греха, сколько бы раз ты ни заразился им, по немощи твоей. Это врачество — исповедание грехов.

Хочешь ли совлечься ветхого Адама, ты, который святым крещением уже облечен в Нового Адама, но собственными беззакониями успел оживить в себе ветхость и смерть, заглушить жизнь, соделать ее полумертвою? Хочешь ли ты, поработившийся греху, влекомый к нему насилием навыка, возратить себе свободу и праведность? Погрузись в смирение! Победи тщеславный стыд, научающий тебя лицемерно и лукаво притворяться праведным и тем хранить, укреплять в себе смерть душевную. Извергни грех, вступи во вражду со грехом искреннею исповедью греха. Это врачевание должно предварять все

прочие; без него врачевание молитвою, слезами, постом и всеми другими средствами будет недостаточным, неудовлетворительным, непрочным. Поди, горделивый, к духовному отцу твоему, у ног его найди милосердие Отца Небесного! Одна, одна исповедь искренняя и частая может освободить от греховных навыков, соделать покаяние плодоносным, исправление прочным и истинным.

В краткую минуту умиления, в которую открываются очи ума для самопознания, которая приходит так редко, написал я это в обличение себе, в увещание, напоминание, наставление. А ты, кто с верою и любовью о Христе прочитаешь эти строки и, может быть, найдешь в них что-нибудь полезное себе, принеси сердечный вздох и молитву о душе, много пострадавшей от волн греховных, видевшей часто перед собою потопление и гибель, находившей отдохновение в одном пристанище: в исповедании своих грехопадений.





## **О ДОБРОДЕТЕЛЯХ, ПРОТИВОПОЛОЖНЫХ ВОСЬМИ ГЛАВНЫМ ГРЕХОВНЫМ СТРАСТЯМ**

### **1. Воздержание**

Удержание от излишнего употребления пищи и питья, в особенности от употребления в излишестве вина. Хранение точное постов, установленных Церковью. Обуздание плоти умеренным и постоянно одинаковым употреблением пищи, отчего начинают ослабевать вообще страсти, а в особенности самолюбие, которое состоит в бессловесном люблении плоти, жизни и покоя ее.

### **2. Целомудрие**

Уклонение от всякого рода блудных дел. Уклонение от сладострастных бесед и чтения, от произношения сладострастных, скверных и двусмысленных слов. Хранение чувств, особенно зрения и слуха, и еще более осязания. Скрамность. Отвержение помышлений и мечтаний блудных. Молчание. Безмолвие. Служение больным и увечным. Воспоминание о смерти и аде. Начало целомудрия — ум, не колеблющийся от блудных помыслов и мечтаний; совершенство целомудрия — чистота, зрящая Бога.

### **3. Нестяжание**

Удовлетворение себя одним необходимым. Ненависть к роскоши и неге. Милосердие к нищим. Любление нищеты евангельской. Упование на Промысл Божий. Последование Христовым заповедям. Спокойствие и свобода духа и беспопечительность. Мягкость сердца.

### **4. Кротость**

Уклонение от гневливых помыслов и от возмущения сердца яростию. Терпение. Последование Христу, призывающему ученика Своего на крест. Мир сердечный. Тишина ума. Твердость и мужество христианские. Неощущение оскорблений. Незлобие.

### **5. Блаженный плач**

Ощущение падения, общего всем человекам, и собственной нищеты душевной. Сетование о них. Плач ума. Болезненное сокрушение сердца. Прозябающая от них легкость совести, благодатное утешение и радование. Надежда на милосердие Божие. Благодарение Богу в скорбях, покорное их переносение от зрения множества грехов своих. Готовность терпеть. Очищение ума. Облегчение от страстей. Умерщвление миру. Желание молитвы, уединения, послушания, смирения, исповедания грехов своих.

### **6. Трезвение**

Усердие ко всякому доброму делу. Неленостное исправление церковного и келейного правила. Внимание при молитве. Тщательное наблюдение за всеми делами, словами и помышлениями, чувствами своими. Крайняя недоверчивость к себе. Непрестанное

пребывание в молитве и слове Божиим. Благоговение. Постоянное бодрствование над собою. Хранение себя от многого сна и изнеженности, празднословия, шуток и острых слов. Любление ночных бдений, поклонов и прочих подвигов, доставляющих бодрость душе. Редкое, по возможности, исхождение из кельи. Воспоминание о вечных благах, желание и ожидание их.

## 7. Смирение

Страх Божий. Ощущение его при молитве. Боязнь, рождающаяся при особенно чистой молитве, когда особенно сильно ощущаются присутствие и величие Божие, чтоб не исчезнуть и не обратиться в ничто. Глубокое познание своего ничтожества. Изменение взора на ближних, причем они, без всякого принуждения, кажутся смирившемуся превосходнее его во всех отношениях. Явление простодушия от живой веры. Ненависть к похвале человеческой. Постоянное обвинение и укорение себя. Правота и прямота. Беспристрастие. Мертвость ко всему. Умиление. Познание таинства, сокровенного в Кресте Христовом. Желание распять себя миру и страстям, стремление к этому распятию. Отвержение и забвение льстивых обычаев и слов, скромных по принуждению или умыслу, навыку притворяться. Восприятие буйства евангельского. Отвержение премудрости земной, как непотребной пред Богом (см.: Лк. 16, 15). Оставление словооправдания. Молчание перед обижающими, изученное в Евангелии. Отложение всех собственных умствований и приятие разума евангельского. Низложение всякого помысла, взимающегося на разум

Христов. Смиренномудрие или духовное рассуждение. Сознательное во всем послушание Церкви.

## 8. Любовь

Изменение во время молитвы страха Божия в любовь Божию. Верность Господу, доказываемая постоянным отвержением всякого греховного помысла и ощущения. Несказанное, сладостное влечение всего человека любовью к Господу Иисусу Христу и к покланяемой Святой Троице. Зрение в ближних образа Божия и Христа; проистекающее от этого духовного видения предпочтение себе всех ближних, благоговейное почитание их о Господе. Любовь к ближним братская, чистая, ко всем равная, радостная, беспристрастная, пламенеющая одинаково к друзьям и врагам. Восхищение в молитву и любовь ума, сердца и всего тела. Несказанное наслаждение тела радостью духовною. Упоение духовное. Расслабление телесных членов при духовном утешении (Святой Исаак Сирин. Слово 44). Бездействие телесных чувств при молитве. Разрешение от немоты сердечного языка. Прекращение молитвы от духовной сладости. Молчание ума. Просвещение ума и сердца. Молитвенная сила, побеждающая грех. Мир Христов. Отступление всех страстей. Поглощение всех разумений превосходящим разумом Христовым. Богословие. Познание Существ бестелесных. Нemoшь греховных помыслов, не могущих изобразиться в уме. Сладость и обильное утешение при скорбях. Зрение устроений человеческих. Глубина смирения и уничиженнейшего о себе мнения...

Конец бесконечен!



## **КРАТКАЯ ИСПОВЕДЬ**

### **Грехи против Господа Бога**

Верование снам, ворожбе, встречам и другим приметам. Сомнения в вере. Леность к молитве и рассеянность при ней. Нехождение в Церковь, долгая небытность у исповеди и святого причастия. Лицемерие в богопочтении. Хула или только ропот на Бога в душе и на словах. Намерение поднять на себя руки. Напрасная божба. Обещание Богу неисполненное. Кошунство над священным. Гнев с упоминанием нечистой силы (черта). Ядение или питье в воскресные и праздничные дни до окончания литургии. Нарушение постов или неточное соблюдение их, рабочее дело в праздники.

### **Грехи против ближнего**

Неусердие к своей должности или к своему делу в общежитии. Непочтение к высшим или старшим. Неисполнение обещания человеку. Неуплата долгов. Отнятие силой или тайное присвоение себе чужого. Скупость на милостыню. Личная обида ближнему. Пересуды. Оклеветание. Прокливание других. Напрасные подозрения. Незащитение невинного



человека или дела правого с потерей для них. Убийство. Непочтение к родителям. Несмотрение с христианской заботливостью за детьми. Гнев, вражда в семейной или домашней жизни.

### **Грехи против самого себя**

Праздные или скверные мысли в душе. Желания зла ближнему. Лживость слова, речи. Раздражительность. Строптивость или самолюбие. Зависть. Жесткосердие. Чувствительность к огорчениям или обидам. Мщение. Сребролюбие. Страсти к наслаждениям. Сквернословие. Песни соблазнительные. Нетрезвость и многоядение. Блуд. Прелюбодеяние. Неестественный блуд. Неисправление своей жизни.

Из числа всех сих грехов против заповедей Божиих некоторые, достигая в человеке высшей степени развития своего, переходя в порочные состояния и ожесточая его сердце нераскаянностью, признаются тяжкими особенно и противными Богу.

### **Грехи смертные, то есть делающие человека повинным смерти души**

1. Гордость, презирающая всех, требующая себе от других раболепства, готовая на небо взыти и уподобиться Вышнему: словом — гордость до самообожания.

2. Несытая душа, или Иудина жадность к деньгам, соединенная большею частью с несправедливыми приобретениями, не дающая человеку и минуты подумать о духовном.

3. Блуд или распутная жизнь блудного сына, расточившего на такую жизнь все отцовское имение.

4. Зависть, доводящая до всякого возможного злодеяния ближнему.

5. Чревоугодие или плотоугодие, не знающее никаких постов, соединенное со страстною привязанностью к различным увеселениям по примеру евангельского богача, который веселился «на вся дни светло» (Лк. 16, 19).

6. Гнев непримирительный и решающийся на страшные разрушения, по примеру Ирода, который в гневе своем избил вифлеемских младенцев.

7. Леность или совершенная о душе беспечность, нерадение о покаянии до последних дней жизни, как, например, во дни Ноя.

### **Грехи хулы на Духа Святаго**

Чрезмерное упование на Бога или продолжение тяжкогреховной жизни в одной надежде на милосердие Божие. Отчаяние или противоположное чрезмерному упованию на Бога чувство в отношении к милосердию Божию, отрицающее в Боге отеческую благость и доводящее до мысли о самоубийстве. Упорное неверие, не убеждающееся никакими доказательствами истины, даже очевидными чудесами, отвергающее самую дознанную истину.

### **Грехи, вопиющие к небу об отмщении за них**

Вообще умышленное человекоубийство (к ним относятся и аборт), а в особенности отцеубийство (братоубийство и цареубийство). Содомский

грех. Напрасное притеснение человека убогого, беззащитного, беззащитной вдовы и малолетних детей-сирот. Удержание у убогого работника вполне заслуженной им платы. Отнятие у человека в крайнем его положении последнего куса хлеба или последней лепты, которые потом и кровию добыты им, а также насильственное или тайное присвоение себе у заключенных в темнице милос- тынь, пропитания, тепла или одеяния, которые определены им, и вообще угнетение их. Огорчение и обиды родителям до дерзких побоев их.





## ИСПОВЕДЬ

Исповедаю аз, многогрешный (*имя*), Господу Богу и Спасу нашему Иисусу Христу и тебе, честный отче, вся согрешения моя и вся злая моя дела, яже содеял во все дни жизни моей, яже помыслил даже до сего дня.

**Согрешил:** обеты святого крещения не соблюл, иноческого обещания не сохранил, но во всем солгал и непотребна себе пред Лицом Божиим сотворил.

Прости нас, милосердный Господи (*для народа*).

Прости мя, честный отче (*для одиноких*).

**Согрешил:** пред Господом маловерием и замедлением в помыслах, от врага всеваемых против веры и святой Церкви; неблагодарностью за все Его великие и непрестанные благодеяния, призыванием имени Божия без нужды — всуе. Прости мя, честный отче.

**Согрешил:** неимением ко Господу ни любви, ни страха, неисполнением святой воли Его и святых заповедей, небрежным изображением на себе крестного знамения, неблагоговейным почитанием святых икон; не носил креста, стыдился креститься и исповедовать Господа. Прости мя, честный отче.

**Согрешил:** любви к ближнему не сохранил, не питал алчущих и жаждущих, не одевал нагих, не посещал больных и в темницах заключенных; закону Божию и святым отцов преданиям от лености и небрежения не поучался. Прости мя, честный отче.

**Согрешил:** церковного и келейного правила неисполнением, хождением в храм Божий без усердия, с леностию и небрежением; оставлением утренних, вечерних и других молитв; во время церковной службы — согрешил празднословием, смехом, дреманием, невниманием к чтению и пению, рассеянностью ума, исхождением из храма во время службы и нехождением в храм Божий по лености и нерадению. Прости мя, честный отче.

**Согрешил:** дерзая в нечистоте ходить в храм Божий и всякия святыни прикасаться. Прости мя, честный отче.

**Согрешил:** непочитанием праздников Божиих; нарушением святых постов и нехранением постных дней — среды и пятницы; невоздержанием в пище и питии, многоядением, тайноядением, разноядением, пьянством, недовольством пищей и питием, одеждой; тунеядством\*; своей воли и разума исполнением, самонаравием, самочинием и самооправданием; недолжным почитанием родителей, невоспитанием детей в православной вере, проклинанием детей своих и ближних. Прости мя, честный отче.

**Согрешил:** неверием, суеверием, сомнением, отчаянием, унынием, кощунством, божбою ложною,

---

\* *Туне* — даром, незаконно; *ядство* — ядение, даром хлеб есть.

плясанием, курением, игрой в карты, гаданием, колдовством, чародейством, сплетнями, поминал живых за упокой, ел кровь животных\*. Прости мя, честный отче.

**Согрешил:** гордостью, самомнением, высокоумием, самолюбием, честолюбием, завистию, превозношением, подозрительностью, раздражительностью. Прости мя, честный отче.

**Согрешил:** осуждением всех людей — живых и мертвых, злословием и гневом, памятозлобием, ненавистью, зло за зло воздаянием, оклеветанием, укорением, лукавством, леностию, обманом, лицемерием, пересудами, спорами, упрямством, нежеланием уступить и услужить ближнему; согрешил злорадством, зложелательством, злосоветованием, оскорблением, надсмеянием, поношением и чело-векоутодием. Прости мя, честный отче.

**Согрешил:** невоздержанием душевных и телесных чувств; нечистотою душевною и телесною, услаждением и медлением в нечистых помыслах, пристрастием, сладострастием, нескромным воззрением на жен и юношей; во сне блудным ночным осквернением, невоздержанием в супружеской жизни. Прости мя, честный отче.

**Согрешил:** нетерпением болезней и скорбей, люблением удобств жизни сей, пленением ума и окаменением сердца, непонуждением себя на всякое доброе дело. Прости мя, честный отче.

**Согрешил:** невниманием к внушениям совести своей, нерадением, леностию к чтению слова Божия

---

\* 67-е правило VI Вселенского собора; Деяния святых апостолов 15, 29.

и нерадением к стяжанию Иисусовой молитвы. Согрешил любостяжанием, сребролюбием, неправедным приобретением, хищением, воровством, скупостью, привязанностью к разного рода вещам и людям. Прости мя, честный отче.

**Согрешил:** осуждением и послушанием отцов духовных, ропотом и обидой на них и неисповеданием пред ними грехов своих по забвению, нерадению и по ложному стыду. Прости мя, честный отче.

**Согрешил:** немилосердием, презрением и осуждением нищих; хождением в храм Божий без страха и благоговения, уклоняясь в ересь и сектанское учение. Прости мя, честный отче.

**Согрешил:** ленью, расслаблением, негою, люблением телесного покоя, многоспанием, сладострастными мечтаниями, пристрастными воззрениями, бесстыдными телодвижениями, прикосновениями, блудом, прелюбодеянием, растлением, рукоблудием, невенчанными браками; тяжко согрешили те, кто делали аборт себе или другим, или склоняли кого-нибудь к этому великому греху — детоубийству; проводил время в пустых и праздных занятиях, в пустых разговорах, шутках, смехе и других постыдных грехах. Прости мя, честный отче.

**Согрешил:** унынием, малодушием, нетерпением, ропотом, отчаянием в спасении, неимением надежды на милосердие Божие, бесчувствием, невежеством, наглостью, бесстыдством. Прости мя, честный отче.

**Согрешил:** клеветой на ближнего, гневом, оскорблением, раздражением и осмеянием, непримирением, враждой и ненавистью, прекословием,

подсматриванием чужих грехов и подслушиванием чужих разговоров. Прости мя, честный отче.

**Согрешил:** холодною и бесчувственностью на исповеди, умалением грехов, обвинением ближних, а не себя осуждением. Прости мя, честный отче.

**Согрешил:** против животворящих и Святых Таин Христовых, приступая к ним без должного приготовления, без сокрушения и страха Божия. Прости мя, честный отче.

**Согрешил:** словом, помышлением и всеми моими чувствами: зрением, слухом, обонянием, вкусом, осязанием, — волею или неволею, ведением или неведением, в разуме и неразумии, и не перечислить всех грехов моих по множеству их. Но во всех сих, так и в неизреченных по забвению, раскаиваюсь и жалею, и впредь с помощью Божиею обещаю блюстись. Ты же, честный отче, прости мя и разреши от всех сих и помолись о мне грешном, а в оный судный день засвидетельствуй пред Богом об исповеданных мною грехах. Аминь.







## ПЕРЕД ИСПОВЕДЬЮ

Покаяния отверзи ми двери, Жизнодавче, утренюет бо дух мой ко храму святому Твоему, храм носяй телесный весь осквернен; но яко щедр, очисти благоутробною Твоею милостию.

*Стихира на утрени  
в Неделю мытаря и фарисея*

«Се, время благоприятно и день очищения». Время, когда мы можем отложить тяжкое бремя греховное, разорвать вериги греха: «скинию падшую и сокрушенную» нашей души увидеть обновленной и светлой. Но к этому блаженному очищению ведет нелегкий путь.

Мы еще не приступили к исповеди, а душа наша слышит искушающие голоса: «Не отложить ли? Достаточно ли я приготовлен? Не слишком ли часто говею?» Нужно дать твердый отпор этим сомнениям. В Священном Писании мы читаем: «Сын мой! если ты приступаешь служить Господу Богу, то приготовь душу твою к искушению: управь сердце твое и будь тверд, и не смущайся во время посещения; прилепись к Нему и не отступай, дабы возвеличиться

тебе напоследок» (Сир. 2, 1–3). Если ты решил говеть (то есть готовиться к исповеди и причастию), явится множество препятствий, внутренних и внешних, но они исчезают, как только проявишь твердость в своих намерениях.

Как часто надо исповедоваться? — Надо исповедоваться возможно чаще, по крайней мере в каждый из четырех постов. Нам, неискусным в покаянии, необходимо вновь и вновь учиться каяться. Необходимо стремиться к тому, чтобы промежутки между исповедями были наполнены духовной борьбой, усилиями, питаемыми плодами последнего говения и возбуждаемыми ожиданием приближающейся новой исповеди.

Хотя и желательно иметь своего духовника, но это вовсе не обязательное условие для истинного покаяния. Для человека, действительно страдающего от своего греха, безразлично, у кого он исповедует его; лишь бы как можно скорее покаяться в нем и получить отпущение. Покаяние должно быть совершенно свободным, никак не вынужденным лицом исповедующим.

Исповедь — это не беседа о своих недостатках, сомнениях, это не простое осведомление духовника о себе. Исповедь — это таинство, а не просто благочестивый обычай. Исповедь — это горячее покаяние сердца, жажда очищения, которая происходит от ощущения святости, это второе крещение, и, следовательно, в покаянии мы умираем для греха и воскресаем для святости. Раскаяние — первая степень святости, а бесчувственность — это пребывание вне святости, вне Бога.

Первым действием готовящегося к исповеди должно быть испытание сердца. Для этого и положены дни подготовки к таинству — говение. Обычно люди, неопытные в духовной жизни, не видят ни множественности своих грехов, ни их гнусности. Они говорят: «Ничего особенного я не совершал», «У меня только мелкие грехи, как у всех», «Не украл, не убивал», — так часто многие начинают исповедь. А самолюбие, неперенесение укоров, черствость, чело-векоугодие, слабость веры, отсутствие любви к ближнему, малодушие, духовная леность — разве это не важные грехи? Разве можно утверждать, что мы достаточно любим Бога, что вера наша действительна и горяча? Разве каждого человека мы любим как брата во Христе? Разве достигли мы кротости, безгневия, смирения? Чем объяснить нашу безучастность на исповеди, наше самомнение, как не окамененным нечувствием, как не «мертвостью сердечной, душевной смертью, телесную предваряющей»? Почему святые отцы и учителя наши, оставившие нам покаянные молитвы, считали себя первыми из грешников, с искренней убежденностью взывали к Иисусу Сладчайшему: «Никто же согреших на земли от века, якоже согреших аз, окаянный и блудный!» А мы убеждены, что у нас все благополучно! Чем ярче свет Христов озаряет сердца, тем яснее сознаются все недостатки, язвы и раны. И наоборот: люди, погруженные в мрак греховный, ничего не видят в своем сердце, а если и видят, то не ужасаются, так как им не с чем сравнивать, ибо Христос для них закрыт пеленой их грехов.

Поэтому прямой путь к познанию своих грехов — это приближение к свету и молитве об

этом свете, который есть суд миру и всему мирскому в нас самих, «ибо всякий, делающий злое, ненавидит свет и не идет к свету, чтобы не обличились дела его, потому что они злы, а поступающий по правде идет к свету, дабы явны были дела его, потому что они в Боге соделаны» (Ин. 3, 20—21). И пока нет такой близости ко Христу, при которой покаянное чувство является нашим обычным состоянием, надо, готовясь к исповеди, проверять свою совесть.

Разбираясь в нравственном состоянии своей души, надо постараться различать основные грехи от производных, симптомы от более глубоких причин. Например, мы замечаем, — и это очень важно — рассеянность на молитве, невнимание во время богослужения, отсутствие интереса к слушанию и чтению Священного Писания; но не происходят ли эти грехи от маловерия и слабой любви к Богу?! Нужно отметить в себе своеволие, непослушание, самооправдание, нетерпение упреков, неуступчивость, упрямство; но гораздо важнее открыть и понять их связь с самолюбием и гордостью. Если мы замечаем в себе стремление быть всегда в обществе, на людях, проявляем словоохотливость, насмешливость, злословие, если мы излишне заботимся о своей наружности и одежде, то надо внимательно исследовать эти страсти, ибо чаще всего так проявляются наше тщеславие и гордыня.

Если мы слишком близко принимаем к сердцу житейские неудачи, тяжело переносим разлуку, безутешно скорбим об отошедших, то не кроется ли в силе и глубине этих наших искренних чувств неверие в благой Промысл Божий?

Есть еще одно вспомогательное средство, ведущее нас к познанию своих грехов, — чаще, и особенно перед исповедью, вспоминать то, в чем обычно обвиняют нас другие люди, бок о бок с нами живущие, наши близкие: очень часто их обвинения, укоры, нападки справедливы. Но даже если они и кажутся несправедливыми, надо принимать их с кротостью, без озлобления. Перед исповедью необходимо просить прощение у всех, перед кем считаешь себя виновным, чтобы приступить к таинству с неотягощенной совестью.

При таком испытании сердца нужно следить, чтобы не впасть в чрезмерную мнительность и мелочную подозрительность ко всякому движению сердца; став на этот путь, можно потерять чувство важного и неважного, запутаться в мелочах. В таких случаях надо временно оставить испытание своей души и молитвой и добрыми делами прояснить свою душу.

Приготовление к исповеди не в том, чтобы возможно полно вспомнить и даже записать свой грех, а в том, чтобы достигнуть того состояния сосредоточенности, серьезности и молитвы, при которых, как при свете, станут ясно видны наши грехи. Господу исповедник должен принести не список грехов, а покаянное чувство, не детальный рассказ о своей жизни, а сокрушенное сердце.

Знать свои грехи — это еще не значит каяться в них. Правда, Господь принимает исповедание — искреннее и добросовестное, — даже если оно и не сопровождается сильным чувством раскаяния, если и этот грех — окамененное нечувствие — мы

исповедуем мужественно и откровенно, без лицемерия. И все же сокрушение сердца, скорбь о грехах своих, есть важнейшее из того, что мы можем принести на исповедь. Но что же делать, если иссохшее греховным пламенем сердце наше не орошается живительными водами слез? Что если «немоощь духовная и плоти неможение» так велики, что не способны на искреннее покаяние? И все-таки это не причина для того, чтобы откладывать исповедь в ожидании покаянного чувства.

Бог может коснуться нашего сердца и в течение самой исповеди: самоисповедание, наименование вслух наших грехов, может смягчить наше сердце, утончить духовное зрение, обострить покаянное чувство. Больше же всего преодолению нашей духовной вялости служат приготовление к исповеди, пост. Истоющая наше тело, пост нарушает губительное для духовной жизни наше телесное благополучие и благодущие. Однако пост сам по себе только подготавливает, разрыхляет почву нашего сердца, которое после этого сможет впитать молитву, слово Божие, жития святых, творения святых отцов, а это в свою очередь повлечет усиление борьбы со своей греховной природой, подвигнет на активное делание добра близким.

Наше бесчувствие на исповеди большею частью коренится в отсутствии у нас страха Божия. Вот сюда и должны быть направлены наши усилия. Вот почему так важны, благотворны слезы на исповеди: они размягчают наше окаменение, потрясают нас, делают проще, вызывают благодетельное самозабвение, устраняют главное препятствие к покаянию — нашу

гордыню, нашу самость. После таких слез — кротость, безгневие, умягченность, умиленность, мир в душе у тех, кому Господь послал плач, творящий радость. Не нужно стыдиться слез на исповеди, нужно дать им свободно литься, омывая наши скверны. «Тучи ми подаждь слез в поста красный день, яко да восплачу и омыю скверну, яже от сластей, и явлюся тебе очищен», — поем мы на первой седмице Великого поста.

Третий момент исповеди — словесное исповедание грехов. Не нужно ждать вопросов, надо самому сделать усилия: ведь исповедь — это подвиг и самопринуждение. Говорить надо точно, не затемняя неприглядности греха общими выражениями (например, «грешен против 7-й заповеди»). Очень трудно, исповедуясь, избежать соблазна самооправдания, трудно отказаться от попыток объяснить духовнику «смягчающие обстоятельства», от ссылок на третьих лиц, якобы введших нас в грех. Все это признаки самолюбия, отсутствия глубокого покаяния, продолжающегося коснения в грехе. Иногда на исповеди ссылаются на слабую память, не дающую будто бы вспомнить все грехи. Действительно, часто бывает, что мы легко и быстро забываем наши грехопадения. Но происходит ли это только от слабой памяти? Ведь, например, случаи, когда особенно больно было задето наше самолюбие, когда нас незаслуженно обидели, или, наоборот, все то, что льстит нашему тщеславию: наши удачи, наши добрые дела, похвалы и благодарности нам, — мы помним долгие годы. Все то в нашей мирской жизни, что производит на нас сильное впечатление, мы долго и отчетливо

помним. Не значит ли это, что мы забываем наши грехи потому, что не придаем им серьезного значения?

Знак совершенного покаяния — чувство легкости, чистоты, неизъяснимой радости, когда грех кажется так же труден и невозможен, как только что далека была эта радость.

Раскаяние наше не будет полным, если мы, каясь, не утвердимся внутренне в решимости не возвращаться к исповеданному греху. Но спрашивают, как это возможно, как я могу обещать себе и своему духовнику, что я не повторю своего греха? Не будет ли ближе к истине как раз обратное — уверенность в том, что грех повторяется? Ведь на опыте своем каждый знает, что через некоторое время неизбежно возвращаешься к тем же грехам; наблюдая за собой из года в год, не замечаешь никакого улучшения. Было бы ужасно, если бы это было так. Но, к счастью — это не так. Не бывает случая, чтобы, при наличии искреннего покаяния и доброго желания исправиться, с верою принятое святое причастие не произвело в душе благих перемен. Дело в том, что, прежде всего, мы не судьи самим себе: человек не может правильно судить о себе, стал он хуже или лучше, поскольку и он сам, и то, что он судит, — величины меняющиеся. Возросшая строгость к себе, усилившееся духовное зрение могут дать иллюзию, что грехи умножились и усилились. На самом деле они остались те же, может быть, даже ослабели, но раньше мы их не так замечали. Кроме того, Бог, по особому Промыслению Своему, часто закрывает нам глаза на наши успехи, чтобы защитить нас от



злейшего греха — тщеславия и гордости. Часто бывает, что грех еще остался, но частые исповеди и причащение Святых Таин расшатали и ослабили его корни. Да сама борьба с грехом, страдание о своих грехах — разве это не приобретение?! «Не устрашайся, хотя бы ты падал каждый день и отходил от путей Божиих, стой мужественно, и Ангел, тебя охраняющий, почтит твое терпение», — говорил святой Иоанн Лествичник.

И даже если нет этого чувства облегчения, возрождения, надо иметь силы вернуться к исповеди, до конца освободить свою душу от нечистоты, слезами омыть ее от черноты и скверны. Стремящийся к этому всегда достигнет того, чего ищет.

Только не будем приписывать себе свои успехи, рассчитывать на свои силы, надеяться на свои усилия. Этим можно погубить все приобретенное. «Рассеянный ум мой собери, Господи, и оледеневшее сердце очисти, яко Петру, дай ми покаяние, яко мытарю — воздыхание и якоже блуднице — слезы».

*По материалам  
«Настольной книги  
священнослужителя»*

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Восемь главных страстей с их подразделениями .....</b>	<b>3</b>
<b>О добродетелях, противоположных восьми главным греховным страстям ....</b>	<b>10</b>
<b>Краткая исповедь .....</b>	<b>14</b>
<b>Исповедь .....</b>	<b>18</b>
<b>Перед исповедью .....</b>	<b>23</b>

ISBN 5-7533-0064-2

© Сретенский монастырь, 2007 г.

Формат 60x84/16. Объем 1 пл. Тираж 50 000 экз.

Печать офсетная. Бумага газетная. Гарнитура «Гарамон»

Подписано в печать 21.12.2006 Зак. 482

Отпечатано с готовых диапозитивов в типографии  
Патриаршего издательско-полиграфического центра  
г. Сергиев Посад. Тел./факс (495) 721-26-45

Издательство московского Сретенского монастыря  
Адрес издательства: Москва, 103031, ул. Б. Лубянка, 19

Оптовый интернет-магазин издательства: [www.sretenie.com](http://www.sretenie.com)

Оптовая книжная торговля: (495) 628-8210

Приглашаем посетить наш магазин «Сретение»  
тел. (495) 623 80 46



В помощь  
кающимся Свт. Игнатий



20

руб.

---

«Покаяние есть таинство, в котором исповедующий грехи свои, при видимом изъявлении прощения от священника, невидимо разрешается от грехов своих Самим Иисусом Христом», - говорится в «Православном катехизисе». Святые отцы выделяют восемь страстей, от которых происходят все грехи: чревоугодие, блуд, сребролюбие, гнев, безвременная печаль, уныние, тщеславие, гордость. Книга «В помощь кающимся», составленная по творениям святителя Игнатия (Брянчанинова), подробно рассказывает об этих страстях и их проявлениях.

---

